أكلات
لكل المناسبات

أ . فاتن سعيد

مؤسسة دار الفرسان للنشر والتوزيع
٥١ ش إبراهيم خليل – الترول‍لى – المطرية
ت ٢٢٥١١١١٠
٠١٢٢٢٩٨٧١٢٣٧

اسم الكتاب :أكلات لكل المناسبات
المؤلـــف : فاتن سعيد فوزى
الناشـــر : مؤسسة دار الفرسان
تصميم الغلاف: فرى برنت- 0104470645
رقم الإيداع : 8637
طبعة الأولى : 2018

فهرسة أثناء النشر

سعيد ، فاتن
أكلات لكل المناسبات/ إعداد فاتن سعيد ـ القاهرة .-
ط2: مؤسسة دار الفرسان للنشر والتوزيع ، 2018
104 ص ؛ 24 سم
تدمك : 3-16-6169-977
أ. العنوان

إهداء

إلى روح أبى الطاهرة رحمه الله وأدخله جناته ..
إلى أمى الحبيبة التى مازالت تشملنى برعايتها ..
إلى زوجى الحبيب .. حب الحياة بكل معانيها ..
إلى أحلى حب فى الدنيا زياد ..

مُقَدِّمَة

بسم الله الرحمن الرحيم

إن التغذية ونقصد هنا التغذية السليمة شيئاً ضرورياً لنمو الإنسان واستمرار حياته بل والحفاظ على صحته .

إن الغذاء بمثابة الوقود الذى يحركنا ، ولا بد أن تكون المواد الغذائية التى يتناولها كل فرد متكاملة ومتنوعة وبكميات ملائمة بحيث لا يتعرض الإنسان إلى مشاكل صحية كثيرة كما أن العادات التى يتبعها الشخص طيلة حياته تبدأ منذ الطفولة ومن الصعب تغييرها فى الكبر لذلك لابد من تنشئة الأطفال على عادات غذائية سليمة .

وتعد الحلويات من الوجبات المحببة لكل من الصغار وكذلك أيضاً الكبار وكل إمرأة تعرف ذلك جيداً كما تريد أن تتفنن فى صنع الحلويات لزوجها وصغارها .

ونتميز نحن الشعوب العربية بحبنا اللامتناهى لكل أصناف وأشكال الحلويات التى لا تكاد يخلو منها المنزل فى أى يوم من الأيام .

لذا فقد حاولت فى كتابى هذا أن أقدم تشكيلة متنوعة من أشهى وأحلى الحلويات الشرقية والغربية منها ما هو معروف لدينا ومنها ما قد يكون جديداً عليك .

فقد أبحرت فى عالم الحلويات لأجلب لك سيدتى أفضل الطرق لصنع اشهى الحلويات بأسهل واسرع الطرق كما حاولت أن أقدم لك بعض النصائح والمعلومات المفيدة لصناعة الحلويات وطرق تخزينها هذا وكل أمل فى الله أن ينال كتابى هذا رضاك ورضا أسرتك .

المؤلفة

فاتن سعيد فوزى

اتيكيت المائدة

إعداد المائدة

يعتبر إعداد المائدة من المهام الرئيسية لربة البيت وعليها أن تعدها بطريقة تتيح لأسرتها الإستمتاع بالطعام وبالجو العام نفسه . لذلك لابد لكل سيدة من الإلمام ببعض المعلومات البسيطة والأساسية فى نفس الوقت .

المائدة اليومية لأفراد الأسرة .

تغطى المائدة بالمفرش المناسب من حيث اللون أو النوع سواء كان من القماش أو من البلاستيك ويفضل المفرش البلاستيك للوجبات اليومية حتى يسهل تنظيفه .

وأمام كل فرد يوضع الطبق وعلى يساره الشوكة وعلى يمينه الملعقة والسكين .

واستخدام هذه الأدوات يساعد على تجنب السرعة فى تناول الطعام، خاصة بالنسبة للأطفال ، ذلك أن السرعة تعد من العوامل الضارة لصحة الإنسان وغالباً ما تتسبب فى الإصابة بسوء الهضم .

توضع الفوطة عادة على يسار الطبق ويمكن إستبدال الفوطة القماش بالنسبة للوجبات العائلية بالفوطة الورق فهى عملية وتستبدل كلما إتسخت أما كوب الماء فيوضع أمام الطبق ويراعى وضع بقية الأدوات على المائدة .

وهى : سبت العيش – ويفضل تغطية بفوطة من القماش أو الورق – زجاجة الماء – الملح والفلفل والمستردة وزجاجة الزيت والخل وأخيراً الملعقة والشوكة الكبيرة المخصصة للغرف .

مائدة المناسبات :

فى المناسبات الرسمية تغطى المائدة بالمفرش الأبيض السادة ويمكن إستبداله بالمفرش الملون فى المناسبات الأخرى مثل الأعياد والولائم وأعياد الميلاد ..... إلخ .

وتزين المائدة بالزهور مع مراعاة احترام البساطة والتناسق بين ألوان الزهور والمفرش والسرفيس نفسه وكذلك اضفاء لمسة مرح وضوء على المائدة .

وأمام كل ضيف يوضع الطبق وعلى يساره الشوكة وعلى يمينه الملعقة والسكين وأمام الطبق كوب الماء وفى حالة تقديم الأسماك يراعى إضافة الشوكة والسكين الخاص بالسمك إن وجد ، أما الأطباق الخاصة يتناول الفاكهة والحلوى فتقدم عند استخدامها بعد رفع الطبق الأول . وداخل كل طبق توضع الفوطة مثنية وبداخلها قطعة عيش صغيرة أو رغيف العيش الصغير المستدير .

كما يراعى ترك مسافة تتراوح بين ٥٠و٦٠ سم بين كل طبق وآخر حتى تتوفر الراحة للضيف .

وتقوم ربة البيت بالتأكد من حصول المدعوين على كل ما يحتاجون إليـــه ، كما يراعى تغيير الأطباق المستخدمة فـــى تنـــاول الأســـماك أو الأطعمـــة المطبوخة بالصلصة ، وتقدم السلطة فى طبق على حدة .

بعد الإنتهاء من تناول الطعام يحسن تقديم القهــوة الســاخنة فـــى فناجين صغيرة ويقدم السكر على حدة لمن يرغب .

الموازين والمكاييل المنزلية

تسهيلاً لكل سيدة فإنه من المستحسن الاستعاضة عن الموازين بالمكاييل فى متناول يديها ويراعى عند ملئ الملاعق أن يكون ما فوق مستوى الملعقة فإنها تهز فقط ولا تكبس .

١. المواد الجافة :

١٠ جرامات من الملح	= ملئ ملعقة شاى .
٥ جرامات من السكر	= ملئ ملعقة شاى .
٢٠ جرام من السكر	= ملئ ملعقة حلو .
٢٠ جرام من الدقيق	= ملئ ملعقة حلو .
٣٧.٥ جرام من السكر	= ملئ ملعقة كبيرة .
٣٧.٥ جرام من الدقيق	= ملئ ملعقة كبيرة .
١٢٠ جرام من الدقيق	= ملئ فنجان شاى .
١٥٠ جرام من السكر البودرة	= ملئ فنجان شاى .
٢٠٠ جرام من السكر السنترفيش	= ملئ فنجان شاى .
٢٢٥ من الأرز	= ملئ فنجان شاى .
٨٠ جرام مبشور جوز الهند	= ملئ فنجان شاى .
١٥٠ جرام زبيب بناتى	= ملئ فنجان شاى .
١٢٥ جرام من البندق أو السودانى	= ملئ فنجان شاى .

٢. المواد السائلة :

لتر ماء أو لبن = ٤ فناجين شاى .

٣. المواد الدهنية :

٢٠٠ جرام زبدة = فنجان شاى .
٣٧.٥ جرام زبدة = قطعة زبدة فى حجم البيضة الكبيرة .
٢٢٥ جرام لأى مادة دهنية عدا الزبدة = فنجان شاى أو كوب ماء متوسط.

كرات السوسيس بالجبن

!Error



المقادير

- **½ كيلو (٥٠٠ جم) جبن شيدر مبشور**
- **½ كيلو (٥٠٠ جم) سوسيس مقطع شرائح رفيعة**
- **١ ¼ كوب (١٩٠ جم) دقيق**
- **½ كوب (٥٠ جم) زبد في درجة حرارة الغرفة**
- **بصلة متوسطة مقطعة مكعبات صغيرة**
- **١ ½ ملعقة صغيرة (٧.٥ جم) بيكنج باودر**
- **½ ملعقة صغيرة (٢.٥ جم) فلفل أحمر حار بودرة**

- ملح وفلفل أسود

طريقة التحضير :

- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٠٠ درجة مئوية.
- في وعاء كبير، ضعي جميع المقادير، واعجني بيديكِ حتـــى تمتـــزج المكونات.
- شكلي الخليط على شكل كرات متوسطة الحجم.
- رصي كرات السوسيس في صينية مغطاة بورق الزبدة.
- ضعي الصينية في الفرن لمـــدة ٢٥ دقيقـــة، ثـــم قـــدميها ســـاخنة مع الكاتشب وصلصة الباربكيو.

مكرونة بأربعة أنواع جبن

(كواتروفورماجي)

المقادير

- ١٥٠ جرام زبد غير مملح
- ١٥٠ جرام جبن جودا أو إيدام، مبشور
- ٧٥ جرام جبن رومي أو بارميزان، مبشور
- ٧٥ جرام جبن جرويار مبشور
- ٧٥ جرام جبن موتزاريلا مقطعة
- ملح وفلفل حسب الرغبة
- ٥٠٠جرام (١ كيس) مكرونة ، مسلوقة

طريقة التحضير

- سخني الزبد في إناء كبير.
- أضيفي الجبن المبشور والملح والفلفل.
- أضيفي المكرونة المسلوقة وقلبي جيدا حتى تمتزج المكرونة بالجبن.
- قدميها مع نثر قليل من الجبن المبشور.

المكرونة بالجبنة والكريمة



المقادير

- **400**جرام مكرونة
- **4**أكواب صوص البشاميل
- **150**جرام جبنة شيدر مبشورة
- **50**ج جبنة بارميزان مبشورة
- **1**رغيف توست

طريقة التحضير

- تسلق المكرونة وتوضع جانبا.

- يخلط صوص البشاميل مع جبن البارميزان والجبنـــه الشـــيدر مـــع التقليب جيدا.
- ضعى المكرونة المسلوقة وأضيفى لها خليط البشاميل والجبنـــة مـــع التقليب جيدا.
- غطى وجه المكرونة بالجبنة الشيدر والعيش التوست المفروم.
- ادخليها فرن مسخن من قبل على درجة حرارة ٢٠٠ لمدة ٢٠ دقيقة حتى يحمر الوجه ويصبح مقرمشا.

طماطم الشيري على طريقة الكابريز

المقادير

- ١٥٠ جرام طماطم الشيري الصغيرة
- ١ ٢/١ ملعقة كبيرة كريمة خفق
- ١٠٠ جرام جبن موتزاريلا
- ٤ ورقات ريحان ١ فص ثوم،مدقوق
- ٢/١ ملعقة كبيرة خل بلساميك

طريقة التحضير

- إحذفي قالب الطماطم والبذر.
- إقلبي الطماطم على مناديل ورقية لتمتص السوائل.
- في محضر الطعام، إخلطي الكريمة والموتزاريلا والريحان والثوم حتى يمتزجوا جيدا.
- بعد وضع الطماطم في وضعها الأفقي الصحيح، أنثري عليها لاقليل من خل البلساميك.
- قومي بحشو الطماطم بخليط الجبن.
- إحفظيها في الثلاجة حتى التقديم.

المكرونة بالطماطم

مع الزيتون والاسبارجس

المقادير

- ١ كيس مكرونة
- ٢ ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ١ بصلة كبيرة، مقطعة
- ٤٥٠ جرام اسباراجس،مقطعة ٤ طماطم متوسطة، مقطعة بدون بذر
- ٢٠٠ جرام ريحان، مقطع
- ٢ ملعقة كبيرة بقدونس مقطع
- ملح وفلفل
- جبن بارميزان للتقديم

طريقة التحضير

- سخني الزبت على نار متوسطة.
- أضيفي البصل وقلبيه لمدة دقيقة ثم اضيفي الاسبارجس.
- استمري في التقليب حتى يصبح لون الاسبارجس أخضر ناصعًا، حوالي دقيقة واحدة.

- أضيفي الطماطم و اتركيها على النار دقيقة ثـــم أضـــيفي الريحـــان والبقدونس.
- قلبي المكرونـة مع الخضروات ثم أضيفي الملح والفلفل حسب الرغبة.
- يمكن إضافة قليل من زيت الزيتون او الجبن المبشور اثنـاء التقديم.

كفتة الدجاج بالجبن



المقادير

- **1حبة متوسطه بطاطس**
- **4قطع كبيرة فيليه دجاج**
- **1ملعقه صغيرة ملح**
- **1/4ملعقه صغيره فلفل اسود**
- **ملعقه صغيره اوريجانو**
- **ملعقه صغيره ريحان**
- **ملعقه صغيره كزبره**
- **1/2ملعقه صغيره هيل ناعم**
- **للحشو: ١٠ مكعب جبن كريمى**

- 1/2كوب مشروم مفروم
- 2ملعقه كبيره بقدونس مفروم
- للتغطيه: ٢ حبه كبيره بيض
- 1/2ملعقه صغيره ملح
- 1رشة فلفل اسود
- 2كوب بقسماط
- زيت للقلى

طريقة التحضير

- في قدر عميق ضعي البطاطس واغمريها بالماء. ضعي البطاطس على نار متوسطة إلى أن تنضج تماما. قشري البطاطس. دعيها جانبا.
- أحضري مفرمة اللحم وثبتي القرص ذو الثقوب الصغيرة. أفرمي البطاطس والدجاج في طبق عميق. أضيفي الملح، الفلفل، الأرويجانو، الريحان والهيل الناعم، قلبي الخليط بأطراف أصابعك لتحصلي على عجينة متماسكة.

- خذي قليل من العجينة وشكليها بين يديك إلى قرص متوسط الحجم، ضعي مقدار ملعقة كبيرة من الحشو في وسط القرص ثم اقفلي العجينة على الحشو وشكليها بين يديك لتصبح مثل الإصبع
- اخفقي البيض بالشوكة، ضعي الملح والفلفل الأسود، إغمسي أصابع الكفتة في خليط البيض وقلبيها على الجهتين لتتغطى جيدا. ضعي أصابع الكفتة في البقسماط وقلبيها مع الضغط عليها قليلا ليلتصق البقسماط عليها جيدا.
- سخني زيت في المقلاة على نار متوسطة. ضعي عدة أصابع من الكفتة في الزيت وإقليها إلى أن تصبح ذهبية اللون. أنقليها على ورق نشاف لتتخلص من الزيت الفائض. أكملي قلي بقية الأصابع. قدميها ساخنة.

أرز بيلاو الكلاسيكى

المقادير

- 2ملعقة كبيرة الزبدة.
- 2ملعقة كبيرة زيت زيتون.
- ½بصلة مفرومة.
- 2كوب أرز بسمتى.
- 3كوب مرقة الدجاج.
- 1½ملعقة صغيرة ملح.
- 1رشة زعفران «اختياري.«(
- ¼ملعقة صغيرة فلفل حار.

طريقة التحضير

- سخنى الفرن إلى ١٧٥ درجة مئوية.
- ذوبى الزبدة وزيت الزيتون في إناء كبير على نار متوسطة الحرارة، اضيفى البصل، وقلبيه برفق لمدة تتراوح من ٧ إلى ٨ دقائق، حتى يصبح لونه بنى فاتح. ثم ارفعى الإناء من على النار.

- ضعى الأرز مع خليط البصل في طبق فخار ٩ 13بوصة، ثـــم ضــعى الطبق فوق صينية خبز، حركى المزيج جيداً لتغطى الأرز جيداً مـــع البصل.
- اضيفى مرقة الدجاج والملح والزعفران والفلفل الحـــار فـــي إنـــاء، اتركى المزيج حتى يغلى، ثم اخفضى النار إلى أدنى حرارة، واتركيه على نار خفيفة لمدة ٥ دقائق.
- صبى خليط مرقة الدجاج على الأرز في طبق الفخار، ثم قلبيه حتـــى تتجانس جميع المكونات، ساوى الخليط على طول الجزء السفلي من الطبق، ثم غطيه بإحكام بورق الفويل.
- اخبزيه في الفرن المحمى لمدة ٣٥ دقيقة، ثم اخرجيه مـــن الفـــرن ودعيه ليرتاح وهو مغطى لمدة ١٠ دقائق، ازيلى الفويـــل وفكفكـــى الأرز بشوكة لفصل الحبات.

شوربة الجزر على طريقة دينا كانتينا

المقادير

- **2كوب مكعبات البصل**
- **2كوب مكعبات طماطم**
- **2ملعقة كبيرة ثوم مفروم**
- **1ملعقة صغيرة مسحوق الكاري**
- **4/1كوب زبدة**
- **1بطاطس مقطعه مكعبات**
- **1كيلو جزر مقطع و مقشر**
- **2كوب مرقة دجاج**
- **4/1 1كوب مياه**
- **1ملعقة صغيرة ملح**
- **1ملعقة صغيرة فلفل أسود**
- **1كوب كريمة ثقيلة**

طريقة التحضير

- ضعي الزبدة في وعاء كبير و أضيفي مكعبات البصل و حركيه حتى تصبح ناعمة على نار خفيفة. يضاف الثوم ومسحوق الكاري، و أضيفي الطماطم.
- اضيفي إلى خليط البطاطس مكعبات البصل مع الجزر والمرق والماء والملح والفلفل واتركيه ليغلي خفضي الحرارة حتى ينضج ثم غطيه حتى يصبح الجزر طرياً من ٢٠ الى ٢٥ دقيقة.
- ضعي الحساء في الخلاط حتى يصبح ناعم يرجح أن تأخذ على دفعتين. أو استخدمي الخلاط اليدوي في وعاء ثم أضيفي كريمة ثقيلة و اتركيه ليغلي ثم قدميه.

فريتاتا الفيتا والنعناع والبازلاء

المقادير

- **150جرام بازلاء مجمدة، ذوب الثلج عنها**
- **6بصل أخضر، مفروم فرماً ناعماً**
- **6بيض، مضروب بخفة ومتبل**
- **100جرام جبنة فيتا، مقسمة إلى قطع**
- **حفنة نعناع صغيرة، مقطعة الأوراق**
- **زيت زيتون**

طريقة التحضير

- **سخنى الشواية. اطهى البصل فى قليل من زيت الزيتون فى مقلاة غير لاصقة حتى يلين. اضيفى البيض، الجبنة الفيتا والبازلاء والنعناع، وقلبيهم جميعاً معاً ليمتزجوا ثم اتركيهم على نار خفيفة حتى يتماسك الأسفل.**
- **ضعى الطاسة فى الشواية تحت الفرن حتى تكتمل النضج.**
- **قدميها على شكل قطع مثلثة.**

العجة بالخضراوات



المقادير

- كوب بروكلي مقطع قطع صغيرة.
- كوب بطاطس مقشرة، ومقطعة قطع صغيرة.
- ⅔ كوب كوسة مقشرة، ومقطعة قطع صغيرة.
- ½ كوب حليب.
- ٦ بيضات.
- ½ كوب بصل أحمر مفروم.
- ½ كوب فلفل أخضر مقطع مكعبات صغيرة.
- ½ كوب فلفل أحمر مقطع مكعبات صغيرة.

- ½ كوب فلفل أصفر مقطع مكعبات صغيرة.
- كوب جبن شيدر مبشورة.
- ملعقة كبيرة زيت.
- ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٢٠.
- ضعي البروكلي في ماء مغلٍ ومملح لمدة ٥ دقائق، ثم ارفعيه من الماء، واتركيه جانبًا.
- حمري البطاطس في زيت غزير ومغلٍ، حتى يُصبح لونها ذهبيًا.
- على نار متوسطة سخني الزيت، ثم أضيفي البصل والفلفل الملّون والكوسة وقلبي لمدة ٥ دقائق، ثم اتركيه حتى يبرد قليلًا.
- في وعاء كبير، ضعي البيض والحليب والشيدر، وقلبي جيدًا.
- أضيفي خليط البصل والكوسة، ثم البطاطس والبروكلي والملح والفلفل الأسود، وقلبي جيّدا حتى تختلط المكونات.
- صبي الخليط في صينية مدهونة بالزيت، وغير قابلة للالتصاق.
- ضعي الصينية في الفرن لمدة ٤٠ – ٤٥ دقيقة، حتى تنضج.

العجة بالمشروم

المقادير

- بصلة متوسطة مقطعة شرائح رفيعة.
- ½ ١ كوب مشروم مقطع شرائح.
- ٦ بيضات كبيرة.
- ½ كوب حليب.
- ٢ ملعقة كبيرة ثوم معمر مفروم.
- ٢ ملعقة كبيرة زيت.
- ملعقة صغيرة زبد.
- ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٢٠.
- على نار متوسطة، سخني الزيت، ثم أضيفي البصل وقلبيه حتى يذبل.
- أضيفي المشروم، وقلبي حتى تجف السوائل، ثم ارفعيه واتركيه جانبًا ليبرد.

- في وعاء كبير، ضعي البيض والثوم المعمر والحليب والفلفل الأسود، واخفقي جيدًا.
- أضيفي خليط البصل والمشروم، ثم صبي الخليط في صينية مدهونـــة بالزبد.
- ضعي الصينية في الفرن لمدة ٤٠ دقيقة.

العجة بالبطاطس



المقادير

- **٣ ثمرات بطاطس متوسطة مقشرة ومقطعة مكعبات.**
- **٧ بيضات.**
- **بصلة كبيرة مقطعة شرائح رفيعة.**
- **٢ فص ثوم مفروم.**
- **٢ ثمرة طماطم متوسطة مقطعة مكعبات.**
- **ملعقة كبيرة سمن.**
- **حزمة بقدونس مقطعة صغير.**

- ¼ كوب حليب.
- ٢ ملعقة كبيرة زيت.
- ٢ ملعقة صغيرة بيكنج باودر.
- ¾ ملعقة صغيرة كمون.
- ½ ملعقة صغيرة بابريكا.
- ½ ملعقة صغيرة مسحوق فلفل حار.
- ملح وفلفل أسود.

طريقة التحضير

- في وعاء كبير، ضعي البطاطس والملح، وقلبيهما جيدًا، ثم اتركي البطاطس جانبًا لمدة ١٠ دقائق.
- اقلي البطاطس في زيت غزير ومغلي، حتى يُصبح لونها ذهبيًا.
- سخني الفرن عند درجة حرارة ٢٠٠.
- على نار متوسطة، سخني الزيت والسمن، ثم أضيفي البصل وقلبيه حتى يذبل.
- أضيفي الثوم وقلبيه لمدة دقيقة.

- في وعاء كبير، ضعي البطاطس وخليط البصل والثـوم والبقـدونس والطماطم والحليب والبيكنج باودر، ومعها أيضًا البابريكا والكمـون والملح والفلفل الحار والأسود، وقلبي جيدًا حتى تمتزج المكونات.
- صبي الخليط في صينية فرن مدهونة بالسمن، ثم ضعيها في الفـرن لمدة ٢٠ – ٣٠ دقيقة.
- يمكنكِ سلق البطاطس وهرسها بدلًا من قليها.

عجة الجبن بالبروكلى

المقادير

- ثمرة بروكلى مقطع ومسلوق
- نحضر خلطة العجة
- 5بيضات
- كوب جبن مبشور
- نص كوب جبن كريمى
- 4معالق دقيق
- 2معلقة صلصة طماطم
- فلفل وملح وبابريكا
- معلقة صغيرة بكينج صودا

طريقة التحضير

- اخلطي المكونات السابقة معاُ جيداً فى وعاء عميق
- صبيها فى قالب مدهون بزيت
- اخبزيها فى الفرن على درجة حرارة ١٨٠ لمدة نصف ساعة

فطائر البطاطس



المقادير

- كوب بطاطس بيوريه
- 2كوب دقيق
- نصف كوب زبد
- 2بيضة
- 2ملعقة لبن
- ملعقة صغيرة بيكنج بودر

للحشو :

- نصف كيلو لحم معصج
- 2ملعقة بقدونس

- 2ملعقة بطاطس بيوريه

طريقة التحضير

- انخلي الدقيق مع ذرة ملح و بيكنج بودر ثم يضاف له الزبد ويقلب جيدا حتى يختفى
- اعجني المقدار بالبيض واللبن وتفرد العجينة الى مربعات بسمك نصف سم
- اخلطي مقادير الحشو وتحشى بها العجين وتغلق مثل الظرف
- رصي الوحدات فى صينية مدهونة وتدهن بالبيض وتخبز فى فرن متوسط حتى تصبح ذهبي

عجينة البيتزا السهلة



المقادير

- ٤٠٠ جرام دقيق
- ١ ملعقة صغيرة خميرة فورية
- ٣ ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ١ ملعقة صغيرة ملح
- ١ ملعقة صغيرة زعتر
- ١ ملعقة صغيرة سكر أبيض
- ٢٥٠ ملليلتر ماء دافئ

- اقرئي أيضًا: ٣ نصائح لخبز البيتزا

طريقة التحضير

- سخني الفرن.
- اخلطي الدقيق والملح والسكر والزعتر والخميرة في إناء كبير.
- أضيفي الزيت والماء الدافئ.
- اعجني العجين حتى تتماسك.
- اتركيها عشر دقائق
- افردي العجين في صينية مستديرة.
- أضيفي صلصة الطماطم وباقي المكونات.
- ضعيها في الفرن على درجة حرارة عالية لمدة ٢٠-٢٥ دقيقة.
- قدميها ساخنة.

فطائر البيتزا

المقادير

- للعجين (نفس طريقة البيتزا العادية ولكن تقطع لكرات صغيرة وتفرد لدوائر صغيرة)
- كوبين ونصف دقيق
- علبة زبادي
- ملعقة ونصف كبيرة خميرة فورية
- ملعقة كبيرة لبن باودر
- ربع كوب زيت
- نصف كوب لبن رائب
- ملح
- 3ملاعق سكر

للحشو

- بصل مشوح مع صلصة طماطم
- فلفل رومي مبشور

- لحوم مثل البيتزا العادية أي نوع حشو مثل الهوت دوج أو البيبروني أو التونة أو قطع الدجاج
- جبن موتزاريلا أو رومي

طريقة التحضير

- أذيبي الخميرة مع السكر في ربع كوب ماء دافئ
- اخلطي الزبادي واللبن الرائب
- ضعي الدقيق واللبن البودرة معًا
- أضيفي الزبادي واللبن الرائب على الدقيق مع اللبن البودرة واخلطي جيدًا
- أضيفي الخميرة الممزوجة بالسكر
- أضيفي الزيت واعجني جيدًا حتى تتماسك
- اتركيها ترتاح قليلًا ثم قسميها لكرات صغيرة
- افردي الكرات إلى دوائر صغيرة ورصيها على صينية خبز مدهونـــة زيت أو افرشي ورق خبز عليها
- ضعي مكونات الحشو حسبما ترغبين

بيتزا ستافت على طريقة بيتزا هت



المقادير

- كوب ماء فاتر
- ٢ معلقة خميرة جافة
- ١ معلقة صغيرة سكر أو عسل
- ٣ أكواب دقيق أو ٢ ½ قمح كامل.
- معلقة صغيرة ملح.
- معلقة كبيرة زيت زيتون.

طريقة التحضير

- في وعاء كبير ضع الخميرة و السكر والماء الدافئ و امزجيهم معـا واحرصي على أن يكون الماء دافي بحيث لا يتسبب فى قتل الخميرة .اضيفي الدقيق والزيت والملح وقلب جيدًا حتي تحصلي على عجين متماسك، قومي بفرد العجين على سطح مرشوش بالدقيق، كما يمكنك اضافة دقيق اذا كان العجين أطري من اللازم.
- في وعاء مدهون بالزيت قومي بفرد العجينة، ثـم قـومي بتغطيـة العجينة بكيس بلاستيكي واتركيها جانبا لمدة نصف ساعة أو سـاعة كاملة حتي تتضاعف كمية العجين.
- قومي بتقسيم العجين فى أكثر من صنية ثم قومي بفرد قطعة العجين داخل الصينية وقومي بوضع الجبن و السوسيس في الأطـراف ثـم قومي بثنيها جيدا.
- ضعيها في الفرن على درجة حرارة ٤٥٠ درجة مئوية ، لمدة ١٥ : ٢٥ دقيقة

ناجتس دجاج للأطفال



المقادير

- **1كوب مياه**
- **1كوب دقيق**
- **4/1ملعقة صغيرة فلفل**
- **8/1ملعقة صغيرة بودرة الثوم**
- **2ملعقة صغيرة ملح**
- **1بيض**
- **1ملعقة صغيرة بودرة البصل**

- 2/1كيلو صدور فراخ

طريقة التحضير

- اضربي البيض والماء في وعاء وضعيه جانبا
- اجمعي جميع المكونات الجافة في وعاء
- قطعي الدجاج بسمك ١/٤ بوصة وانقعيه في خليط البيض
- غطيه بالدقيق (الطحين) وغطيه في كيس في مكـــان فـــي الفريـــزر واتركيه يتجمد لمدة ١ ساعة
- كرري العملية مع كل قطع الدجاج
- بعد مرور ساعة اقلى قطع الدجاج في الزيت الساخن إلى ٣٧٥ درجة ثم ضعيها على مناشف ورقية

بافلو فنجرز (أصابع الدجاج)



المقادير

- **4صدور دجاج بدون جلد وخالية من العظم – تقطع إلى قطع بحجم الإصبع**
- **1/4كوب طحين (دقيق) لجميع الأغراض**
- **1ملعقة صغيرة ثوم**
- **1ملعقة صغيرة الفلفل الأحمر "الشطة"**
- **1/2ملعقة صغيرة ملح**
- **3/4كوب خبز مقطع إلى فتافيت**

- 2بياض البيض مضروب جيدا
- 1ملعقة ماء

طريقة التحضير

- يسخن الفرن (٢٠٥ درجة مئوية)
- ضعي في كيس مزيج من الدقيق و ٢/١ ملعقة ثـــوم مفـــروم، ٢/١ ملعقة فلفل، و ٤/١ ملعقة ملح .
- ضعي خليط فتات الخبز مع بقية الثوم المفروم والشطة والملح فـــي طبق.
- هزي قطع الدجاج مع الدقيق في الكيس.
- اضربي بياض البيض مع ١ ملعقة ماء، ثم ضعي خليط البيض فـــي طبق مسطح .
- قلبي الدجاج في بياض البيض، ثم قلبيها في فتات الخبز.
- ادخلي الدجاج في الفرن لمدة ٨ دقائق ثم قلبي الدجاج واتركيه لمدة ٨ دقائق أو حتى ينضج.

ستيك بالمشروم



المقادير

- **بفتيك مدقوقة ورقيقة منقوع قبل بكام ساعة بشوية خل وإكليل الجبل (روز ماري) وملعقة زيت زيتون وملح وفلفل أسود وثوم مقطع..**
- **مشروم (عيش الغراب) طازج**
- **ثوم مفروم**
- **بصلة مقطعة جوانح**
- **رشة فلفل أسود**
- **رشة قرفة**
- **ورقة غار – لوري**

- 4حبات هيل –حبهان

طريقة التحضير

- ضعي زيت بالمقلاية ثم البفتيك مع الخلطة واحدة واحــدة ونقليــه شوي بس ليغير لونه عن الجهتين ونضعهم بصينية البايركس..
- ثم قلبي البصلة والمشروم المقطع مع رشة ملح (عشان ينزل المـــاء بالمشروم) وفلفل
- بعد التحمير نغمرهم بالماء المذاب فيه ملعقة كبيرة دقيق وندعهم ٣ دقايق حتي الغليان
- ضعيهم كلهم بالبايركس ونخلطهم ونركز الملح ونرش القرفة ونضع الهيل –الحبهان– وورقة الغار
- غطيهم بالألومنيوم ونضعهم بالفرن حوالي ٤٠ دقيقة

ستيك اللحم المشوى مع سلطة الجرجير



المقادير

- **2شريحة عرق لحم، بسماكة ١½ بوصة.**
- **1كوب أوراق بقدونس.**
- **2فص ثوم.**
- **2ملاعق طعام زيت الزيتون.**
- **ملح وفلفل أسود.**
- **¼ملعقة صغيرة من قشر الليمون المبشور ناعماً.**
- **2ملاعق طعام من عصير الليمون الطازج.**
- **1ملعقة طعام من الخل الأبيض.**

- ½ملعقة صغيرة مسطردة.
- 6ملاعق طعام زيت نباتى.
- 12كوب جرجير.
- 1كوب جبن بارميزان مبشور.

طريقة التحضير

- قطعى البقدونس والثوم تقطيع خشن، ضعيهم فـــى وعـــاء صـــغير وامزجيهم بزيت الزيتون وتبليهم بالملح والفلفل، ادهنى قطعتى العرق بالتتبيلة وغطيها، ثم ضعيها فى الثلاجة لمدة نصف ساعة على الأقل.
- لعمل صلصة السلطة: فى وعاء آخر امزجى قشر وعصير الليمـــون، الخل، المسطردة وتبليهم بالملح والفلفـــل، ضـــيفى الزيـــت النبـــاتى واضربى المكونات حتى بمتزجوا معاً فى قوام سلس.
- شغلى الشواية علي حرارة متوسطة إلى عاليـــة، وادهنـــى صـــفائح الشواح بزيت الزيتون، اكشطى التتبيلة الزائدة من فوق اللحـــم، ثـــم اشويهم حوالى ٦ بوصات فوق النار، لمدة تتراوح مـــن ٣ إلـــى ٤ دقائق على كل جانب، أو أكثر حسب ذوقك فى نوع النضـــج، انقلـــى اللحم على لوح التقطيع واتركيه ليرتاح لمدة ٥ دقـــائق، اســـتخدمى سكين حاد على زاوية ٤٥ درجة، ثم قطعى العرق ألى شرائح ستيك.

- ضيفى الجرجير إلى صلصة السلطة وحركيه بلطــف، حتـــى تغطيـــه السلطة، قسميه فى ٦ أطباق تقديم، ضعى شـــرائح الســـتيك فـــوق الجرجير، ورشى البارميزان المبشور فوقهم.

طاجن الدجاج



المقادير

- **2صدور دجاج كبيرة مخلية**
- **4أفخاذ دجاج بالعظام والجلد**
- **2ملعقة كبيرة زيت الزيتون**
- **200جرام بصل قورمة مقشر**
- **2فصوص من الثوم، مقطعة إلى شرائح**
- **قطعة زنجبيل بحجم ٤ سم، مبشورة**
- **1ملعقة صغيرة كمون حب، مسحوقة قليلاً**

- 1ملعقة صغيرة كزبرة حب، مسحوقة قليلاً
- 2عيدان قرفة صغيرة
- رشة زعفران
- 1ملعقة صغيرة زنجبيل مطحون
- رشة شطة
- 375جرام جزر مقشر ومقطع
- 500مل مرقة دجاج
- 1ملعقة كبيرة عسل نحل
- 2ملعقة كبيرة كزبرة مقطعة خشن

طريقة التحضير

- سخنى الفرن على درجة حرارة ١٨٠ درجة مئوية. قطعى كل صدر دجاج إلى النصف وتبلى كل الدجاج جيداً.
- سخنى الزيت فى كسرولة متوسطة الحجم. اضيفى الدجاج وجهة الجلد إلى أسفل وحمريه جيداً من كل الجهات ويمكنك تحميرها على دفعات. ارفعى الدجاج من على النار وضعيها جانباً.
- اخفضى الحرارة قليلاً، واضيفى القورمة إلى الكسرولة ،اطهيها حتى تصبح ذهبية محمرة.

- اضيفى الثوم والزنجبيل المبشور واطهيهم لمدة ٣٠ ثانية تقريباً قبل إضافة باقى البهارات ثم اطهيهم لمدة دقيقة واحدة إضافية.
- اضيفى الجزر إلى الكسرولة وقلبيه ليتغطيه البهارات. رتبى الدجاج، وجهة الجلد مواجهة لأعلى، فوق القورمة والجزر.
- صبى مرقة الدجاج وفوقها العسل. اتركيها لتطهى حتى تظهر القليل من الفقاعات ثم ضعى الكسرولة فى الفرن لمدة ٤٠ دقيقة حتى يصبح الدجاج طرى.
- ضعى طاجن الدجاج فى طبق التقديم ورشى الكزبرة على الوجه.

مكرونة بشاورما الدجاج



المقادير

- نصف عبوة مكرونة مبرومة
- شاورما الدجاج
- 2-3قطع او ٢٥٠ جم صدرو دجاج مقطعة شرائح رفيعة
- 2ملعقة طماطم مقشرة و مقطعة
- ثلث كوب من الخل الأبيض والأحمر
- 4ملاعق طعام زيت
- 3ملاعق طعام او ٥٠ جم بصل مقطع شرائح رفيعة

- ملعقة طعام لبن زبادى
- ملعقة طعام ثوم مطحون
- 3 - 4قطع من قشر كلا من برتقال وليمون كبير ويوسفى
- ملعقة متوسطة من كلا من الملح والفلفل الأسود
- ملعقة صغيرة من كلا من الحبهان والقرنفل والقرفة
- ورقة غار كبيرة مطحونة
- 3حبات مستكة كبيرة مطحونة
- ربع ملعقة صغيرة جوزة الطيب مبشورة

صلصة الطحينة:

- ربع كوب طحينه سائلة
- نصف كوب ماء
- 2ملعقة طعام بقدونس مفروم
- 2ملعقة طعام او حبة صغيرة طماطم مفرومة
- 3-2ملاق طعام خل ابيض
- ملعقة طعام لبن زبادى

- ملعقة صغيرة من كلا من الملح والفلفل الأسود

طريقة التحضير

- تجهيز شاورما الدجاج:
- اخلطى جميع مقادير الشاورما وانقعى الدجاج طوال الليـل أو مـا لا يقل عن ثلاث ساعات
- تجهيز صلصة الطحينة
- اخلطى الطحينة بالماء اولا حتى تصبح ناعمة
- أضيفى باقى المكونات ثم تأكدى من حموضة وملح الخلطة
- إعداد الشاورما:
- اسلقى الباستا
- انتشلى الدجاج من التتبيلة وضعيه فى مقلاة ثم شوحيه علـى النـار بدون اى اضافات
- عند التاكد من نضج الدجاج اضـيفى الباسـتا المسـلوقة وصلصـة الطحينة
- ضعيه فى طبق التقديم ثم زينيه بالبقدونس المفروم وقطع المخلل

مكرونة ألفريدو في الفرن



المقادير

- نصف دجاجة مسلوقة أو مشوية مخلية من العظم والجلد ومفصصة إلى قطع صغيرة
- 3أكواب من الكريمة
- كوب من الحليب
- فصين مبشورين من الثوم
- 3ملاعق كبيرة من الزبدة
- نصف كوب جبنة بارميزان + نصف كوب ليرش على وجه القالب

- ملعقتين كبيرتين بقدونس مفروم
- ملح و فلفل و جوزة الطيب
- مكعب مرق دجاج
- 400ج معكرونة مسلوقة

طريقة التحضير

- في وعاء سخني الكريمة والحليب
- أضيفي مكعب المرقة والثوم والجبن والملح والفلفل وجوزة الطيب
- عند بدء الغليان ارفعي الكريمة من على النار
- أضيفي الزبدة تدريجيا، ملعقة ملعقة مع التقليب
- أضيفي قطع الدجاج إلى الكريمة
- قلبي لكي تتشبع بالكريمة
- أضيفي البقدونس المفروم ثم المكرونة
- صبي في قالب الفرن وتوزع جيدا
- انثري فوق الوجه الجبن المبشور
- اخبزي في فرن متوسط الحرارة إلى أن تأخذ اللون الذهبي

مكرونة بالدجاج المشوي



المقادير

- باستا
- حبة فلفل حمراء
- حبة فلفل صفراء
- حب فلفل خضراء
- صدر دجاج
- الجبن المبشور
- القليل من الخس للتزيين.

طريقة التحضير

- **اشوي صدور الدجاج.**
- **ضعي الباستا على النار لتسلق جيدا مع قليل من الملح.**
- **قطعي الفلفل إلى شرائح طويلة و نقوم بتتبيلها بالملح و الفلفل الأسود.**
- **قومي بخلط الباستا مع الفلفل الملون والجبن و نضع فوقها الدجاج المشوي و نزينها بالخس.**

الدجاج المتبل مع الفول السودانى



المقادير

- 1ملعقة صغيرة زيت الفول السودانى.
- 1صدور دجاج مخلية وبدون جلد، مقطعة إلى شرائح رقيقة بالعرض.
- 1فص ثوم، مقطع إلى شرائح رقيقة.
- 1فلفل حار، مقطع إلى شرائح رقيقة بالعرض.
- ملح خشن وفلفل مطحون.
- 1ملعقة طعام عصير الليمون الطازج.

- 1ملعقة طعام الفول السودانى المحمص المفروم.
- ¼كوب أوراق الريحان، مقطعة.

طريقة التحضير

- في مقلاة غير لاصقة متوسطة الحجم، سخنى الزيت على نار متوسطة إلى عالية، اضيفى الدجاج؛ ثم اطهيه حتى يحمر على جانب واحد، من ٢ إلى ٣ دقائق.
- ضيفى الثوم، الفلفل الحار، و٢ ملعقة طعام ماء؛ قومي بطهي الخليط حتى يصبح الدجاج غير شفاف فى جميع الجوانب، لمدة ٣ دقائق، تبليه بالملح والفلفل؛ وقلبى فيه عصير الليمون والفول السودانى، والريحان.

بوفتيك بالخضار فى الفرن

لمقادير

- 2عدد جزر (مقطع شرائح)
- 2عدد طماطم (شرائح)
- 1عدد فلفل أحمر حلو (شرائح)
- 1معلقة كبيرة كاتشب
- 1عدد بطاطس (شرائح)
- 1عدد كوسة (شرائح)
- 1كيلو لحمة (بفتيك)
- 1عدد بصل (شرائح)
- 1رشة ملح (أو حسب الرغبة)
- 1رشة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- 1رشة بهارات لحمة
- ½معلقة صغيرة بودرة ثوم
- ¼معلقة صغيرة جوزة الطيب

الخطوات

- **في صينية فرن دائرية نخلط الخضروات ونضعها بالاسفل ثم نضع اللحم فوقها ونضيف البهارات والملح والفلفل ونقلب جيدا.**
- **نضيف معلقة الكاتشب ونقلب جيدا، ثم نغطي الصينية بورق الزبدة ونغطيها مرة اخرى بورق الفويل.**
- **نطهو اللحم في فرن ساخن على الدرجة ٢٠٠ مئوية لمدة ٤٠ الى ٤٥ دقيقة.**
- **تقدم ساخنة مع الأرز والسلطة.**

ورقة لحمة بالخضار

المقادير

- **3معلقة كبيرة زبدة**
- **2معلقة كبيرة زيت ذرة**
- **2عدد ورق لورا**
- **1عدد بطاطس**
- **1كوب عصير طماطم**
- **1عدد حباية جزر**
- **1معلقة صغيرة حبهان**
- **1عدد فص ثوم**
- **1عدد مكعب مرقة دجاج**
- **1عدد كوسة**
- **1عدد بصلة**
- **1معلقة صغيرة ملح**
- **1عدد طماطم**

- 1عدد حباية جوزة الطيب
- 1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون
- 1معلقة صغيرة كمون
- 1كيلو لحمة بتلو
- 1عدد قرن فلفل حامى
- 1كوب بسلة
- 1معلقة صغيرة بهارات لحمة

الخطوات

- هنّقشر البطاطس وهنقطعه مكعبات.
- نقّطع حباية الجزر وحباية الكوسة لقطع صغيرة متساوية.
- نقّطع اللحمة لقطع متوسطة الحجم ونحطها فى بولة كبيرة.
- نّقطع الطماطم مكعبات ونقّطع البصل ترانشات وقرن الفلفل ترانشات صغيرة.
- فى طاسة غويضة نسخّن شوية زيت ونضيف البصل والثوم والخضار كله ما عدا الطماطم ونقلب جيدا.
- بعد ٣ دقائق نضيف مكعبات الطماطم ونقلب تانى لمدة دقيقتين.

- هنضيف كل الخضار إلى بولة اللحمة ونقلب جيدا.
- هنضيف الملح والفلفل والكمون وباقى البهارات ونقلب جيدا.
- فى صينية هنصب ربع كوب ماء ونفرش فوقيها ورق الزبدة ونبلـــه بالماء شوية علشان ميتلسعش.
- نفضّى البولة فى الصينية على ورق الزبدة ونرش ٣ معـــالق زبـــدة سايحة على الوش.
- نضيف نصف مكعب مرقة دجاج مفروم على وش الصينية.
- هنقفل ورق الزبدة كويس على المكونات ونبله بشوية ماء.
- نغطّى الصينية كويس بورق فويل وتدخل الفرن على درجة حـــرارة ٢٠٠ درجة مئوية لمدة ٢٠-٣٠ دقيقة.

طاجن موزة بالخضار

المقادير

- **3معلقة كبيرة خل**
- **3معلقة كبيرة عصير ليمون**
- **2عدد بطاطس (مقطعة)**
- **2عدد جزر (حلقات(**
- **2عدد بصلة (واحدة مفرومة واخرى مكعبات(**
- **2عدد فص ثوم مهروس**
- **2معلقة كبيرة زبدة**
- **1معلقة صغيرة ملح**
- **1عدد باذنجان (مقطع مكعبات)**
- **1كيلو لحمة بتلو (موزة)**
- **1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون**
- **1مكعب مكعب مرقة لحم**
- **1عدد فلفل أصفر حلو**

- 1عدد فلفل أخضر حلو (حلقات(
- 1رشة جوزة الطيب
- 1رشة حبهان
- ½معلقة صغيرة بهارات لحمة
- ½لتر عصير طماطم

الخطوات

- تتبل قطع اللحم بالبصل المفروم والثوم وجميع البهـــارات والليمـــون والخل وتغطى وتترك فى الثلاجة مدة ساعتين.
- فى طاسة بها معلقتين من الزبد نضع الموزة ونقلبهـــا مـــن جميـــع الجهات مدة خمس دقائق حتى يحمر لونها.
- ثم فى نفس الطاسة نضع مكعبات البصل ونقلب حتى يصفر لونة ثـــم نضيف البطاطس والجزر ونقلب حتى يذبلوا.
- نقلى مكعبات الباذنجان فى زيت ساخن غزير حتى يحمر لونـــة ثـــم ينشل على ورق ماص للزيت ثم يرص فى الطاجن.
- ثم ترص قطع اللحم فوق الباذنجان.
- ثم نضع البطاطس والجزر والفلفل الألوان فوق اللحم.

- نتبل عصير الطماطم بمكعب مرق اللحم وفلفل أسود والبهارات.
- ثم نصب عصير الطماطم فوق الخضر واللحم ثم نضعة فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ مدة نصف ساعة أو لحين ان ينضج يقدم مع أرز ابيض بالهنا والشفا

طاجن السبيط



المقادير

- 5عدد طماطم (شرائح)
- 4عدد فص ثوم مهروس
- 3معلقة كبيرة عصير ليمون
- 3عود عيدان كرفس
- 3عدد فلفل أخضر حلو (شرائح)
- 3عدد بصل (شرائح)
- 3معلقة كبيرة زيت عباد شمس

- 1رشة كمون
- 1كيلو كاليمارى (سبيط)
- 1رشة ملح
- 1رشة بهارات سمك
- 1رشة فلفل اسود مطحون

الخطوات

- ينظف السبيط جيدا ويقطع لحلقات.
- ثم فى الطاجن نرص حلقــات الطمــاطم والفلفــل والبصــل والثــوم والكرفس والسبيط ونتبل بالملح والفلفل والبهارات والكمون وعصير الليمون ونقلب جميع المكونات.
- يوزع فوق المكونات الزيت ثم يوضع الطاجن فى الفرن عند درجــة حرارة ١٨٠ لمدة نصف ساعة أو لحين أن ينضج بالهنا والشفا.

طاجن الخضار بالكارى



المقادير

- **3عدد فص ثوم مهروس**
- **2كوب كريمة لبّاني**
- **2معلقة كبيرة كارى أصفر**
- **2كوب حليب جوز الهند**
- **2عدد بصلة (مقطعة أرباع)**
- **1رشة ملح (أو حسب الرغبة)**
- **1عدد عيدان كرفس (شرائح)**

- 1عدد رأس كرات (شرائح)
- 1معلقة كبيرة زيت عباد شمس
- 1عدد جزر (شرائح)
- 1رشة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- 1معلقة كبيرة زبدة
- ½كيلو بطاطس (مكعبات)
- ½كوب كزبرة خضراء
- ½كيلو بطاطا (مكعبات)
- ¼كيلو مشروم (شرائح)
- ¼كيلو بسلة
- ¼ثمرة قرنبيط (مقطعة زهرات ومسلوقة فى ماء مغلى مع رشة من الكمون)

الخطوات

- فى وعاء على النار نضع الزيت والزبد ثم نضيف البصل والثوم والكرات والكرفس ونقلب حتى يذبلوا.
- ثم نضيف البطاطا والجزر والقرع والقرنبيط والبطاطا والبسلة والمشروم ونقلب جيدا.

- ثم نضيف حليب جوز الهند والكارى والكريمة ويتبل بالملح والفلفل ونقلب حتى يتجانس الخليط.
- تنقل المكونات فى طاجن ونضيف الكزبرة ويغطى بورق الفويل ويوضع فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لحين أن ينضج يقدم ساخنا بالهنا والشفا.

طاجن السجق



المقادير

- **5عدد فص ثوم**
- **3عدد طماطم (مكعبات)**
- **2عدد بصلة (شرائح)**
- **2معلقة كبيرة دبس الرمان**
- **1عدد فلفل أصفر حلو (مقطع)**
- **1عدد فلفل أخضر حلو (مقطع)**
- **1معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)**

- 1معلقة صغيرة بابريكا
- 1معلقة كبيرة زبدة
- 1رشة جوزة الطيب
- ½كيلو سجق شرقى
- ½معلقة صغيرة كارى أصفر
- ½كيلو بطاطس (مقطعة مكعبات)
- ½معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)

الخطوات

- فى طاسة نضع الزبدة والبصل ونقلب جيدا حتى يصبح شفاف.
- ثم نضيق الثوم والسجق ونقلب جيدا.
- ثم نضيف دبس الرمان ونقلب ويترك على النار حتى مدة خمس دقائق.
- فى وعاء نضع مكعبات البطاطس وتتبل بالكارى وجوز الطيب والباربريكا والملح والفلفل.
- ثم فى وعاء على النار نضع معلقتين من الزيت و نضيف البطاطس وتقلب جيدا.

- فى طاجن نضع طبقة من البطاطس ثم السجق ثم البطاطس ثم نضعه فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لمدة ١٥ دقيقة.. يقدم ساخنا.بالهنا والشفا

طاجن فاصوليا بالبشاميل

المقادير

- **3كوب بشامل (مضاف له بيضة وجبن بارميزان)**
- **2كوب فاصوليا بيضاء**
- **2معلقة كبيرة زيت عباد شمس**
- **2معلقة كبيرة صلصة طماطم**
- **1عدد بصلة مفرومة**
- **1كوب عصير طماطم**
- **½حزمة بقدونس طازج (مقطع للتجميل)**
- **½كيلو لحمة مفرومة**
- **½معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)**
- **½معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)**
- **⅛جرام مشروم**

الخطوات

- **نغسل الفاصوليا جيدا وتنقع في الماء مدة ١٢ ساعة.**

- تشطف من ماء النقع و نسلقها في مـــاء فيـــه ملـــح وفلفـــل و ذرة بيكربونات صوديوم (تمتص الغازات من الفاصوليا)
- نصفي الفاصوليا و نغسلها من ماء السلق.
- نجهز صلصة اللحم المفروم نحمر بصلة مفرومة في الزيت ونضيف اللحم ونقلبه مع البصل لدقائق ونضيف عصير الطمـــاطم وصلصـــة الطماطم والفطر ونتبله بالملح والفلفل و يترك ليتسبك قليلا.
- نضيف الفاصوليا للحم ونقلب لمدة دقائق.
- تغرف في طاجن مناسب للفرن او بايركس و يصب فوقها البشاميل و تدخل فرن ساخن حتي يحمر الوجه و تزين عند التقديم بالبقدونس و بالهنا والشفا.

تورلي بالباشمايل



المقادير

- **2عدد كوسة (شرائح)**
- **2عدد بصلة (شرائح)**
- **2عدد بطاطس (مكعبات)**
- **2عدد باذنجان اسود كبير (مقشر ومقطع مكعبات)**
- **2عدد جزر (شرائح)**
- **1مكعب مرق الدجاج**
- **1معلقة كبيرة سمن**

- ½كوب جبنة شيدر
- ¼كيلو فاصوليا خضرا
- ¼كيلو بسلة
- مقادير صوص البشاميل
- 4معلقة كبيرة دقيق
- 4معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)
- 2معلقة كبيرة زعتر (فريش)
- 2عدد ورق لورا
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1لتر لبن كامل الدسم
- 1عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- ½معلقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)

الخطوات

- أولا هنحضر البشاميل

- فى حلة على النار هنضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعتـــر ونسيبه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسيبه يبرد.
- فى حلة على النار هنسيح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحــد ما الخليط يتجانس.
- هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبســرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى الباشاميل جاهز
- فى طاسة على النار نضع السمن والبصل ومكعب مرق الدجاج ونقلب حتى يصفر لونة.
- ثم نضيف الثوم .ثم الجزر ونقلب.
- ثم نضيف البطاطس ونقلب حتى تصفر ثم البسلة والفاصوليا ونقلــب ثم نضيف الكوسة.
- فى طاسة اخرى نقلى الباذنجان مع معلقتين من الزيت.
- ترص الخضراوات فى صينية مدهونة بالزبد ويصب فوقة البشـــاميل ثم ينثر فوق البشاميل الجبن.
- توضع الصينية فى فرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى تمام النضج أو لحين يحمر لونها..بالهنا والشفا

مكرونة بالبشاميل



المقادير

- **¼كيلو جبنة بارميزان (مبشورة(**
- **مقادير طريقة تسوية المكرونة**
- **200جرام مكرونة (او نصف كيس)**
- **2لتر ماء**
- **2معلقة صغيرة ملح**
- **مقادير صوص البشاميل**
- **4معلقة كبيرة دقيق**
- **4معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)**
- **2معلقة كبيرة زعتر (فريش)**

- 2عدد ورق لورا
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1لتر لبن كامل الدسم
- 1عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- ½معلقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)
- مقادير تعصيج اللحمة المفرومة
- 2معلقة كبيرة سمن (أو زيت)
- 1عدد فص ثوم (مفروم)
- 1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون
- 1معلقة صغيرة بهارات لحمة
- 1عدد بصلة
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1معلقة صغيرة زعتر (اختيارى)
- ½معلقة صغيرة قرفة (اختيارى)
- ½كيلو لحمة مفرومة

الخطوات

- **الأول هنحضر المكرونة البينا**
- **نغلي الماء في حلة كبيرة**
- **نضيف الملح**
- **نضيف المكرونة و نقلبها باستمرار علشان متعجنش**
- **نسيبها من ٨ لـــ ١٢ دقيقة تغلي مع الماء و بعد ما تستوي صفيها من الماء**
- **تحضير البشاميل**
- **فى حلة على النار هنضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعتـــر ونسيبه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسيبه يبرد.**
- **فى حلة على النار هنسيح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحـــد ما الخليط يتجانس.**
- **هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبســـرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى الباشاميل جاهز**
- **تحضير اللحمة المفرومة**
- **هنقطع البصلة مكعبات صغيرة.**

- فى حلة على نار متوسطة هنضيف معلقتين سمنة ونضيف البصل ونقلبه كويس لحد ما يتحول للون الذهبى.
- هنضيف فص الثوم المفروم ونقلب كويس.
- هنوطى النار ونضيف اللحمة ونفتتها كويس بمعلقة خشب.
- هنضيف كل البهارات ونقلب كويس لحد ما اللحمة يبقى لونها بنى فاتح.
- هنسيب اللحمة على نار هادية وهنقلبها كل شوية لحد ما تنزل ميتها وتشربها تانى.
- فى صينية بايركس هنضيف طبقة من الباشميل وعليها نصف كمية المكرونة وبعدين طبقة تانية من الباشميل وعليه شوية من الجبنة المبشورة.
- هنضيف كل كمية اللحمة المفرومة ونساويها كويس فى الصينية.
- هنضيف باقى كمية المكرونة فوق اللحمة.
- فى الأخر هنضيف باقى كمية الباشميل ونساويه كويس وبعدين نضيف باقى كمية الجبنة المبشورة على الوش.
- هندخل الصينية الفرن تحت الشواية علشان وشها يحمر والجبنة تسيح (حوالى ٥ دقائق) وبالهنا والشفا.

سبانخ بالبشاميل



المقادير

- **2كوب بشامل**
- **1عدد بصلة مفرومة**
- **1كيس سبانخ**
- **1كوب جبنة شيدر**
- **1عدد بيضة (مخفوقة(**
- **1رشة ملح**
- **1رشة فلفل اسود مطحون**
- **1رشة جوزة الطيب**

- 1معلقة كبيرة زبدة
- ½كيلو لحمة مفرومة
- ½كوب عصير طماطم

الخطوات

- **فى طاسة على النار نضع الزبد واللحم المفروم ونقلب.**
- **ثم نضيف عصير الطماطم ونتبل بالملح والفلفل وجوزة الطيب وتترك على نار هادئة حتى تمام النضج.**
- **ثم تصفى السبانخ جيدا من ماؤها.**
- **ثم فى وعاء عميق نضع السبانخ مع نصف كوب من البشاميل والبيضة المخفوقة ونتبل بالملح والفلفل ونقلب.**
- **ثم فى صينية بايريكس مدهونة بالزبد نوزع نصف كمية السبانخ.**
- **ثم نضيف العصاج ثم نضع النصف الاخر من السبانخ ثم نوزع فوقها البشاميل.**
- **ثم نوزع على الوجة الجبن المبشور وتوضع فى الفرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى تأخذ لون ذهبى بالهنا والشفا.**

خرشوف بالبشاميل



المقادير

- **2معلقة كبيرة عصير ليمون**
- **1معلقة صغيرة ملح (أو حسب الرغبة)**
- **1معلقة كبيرة زبدة**
- **1رشة جوزة الطيب**
- **1عدد بصلة مفرومة**
- **½كوب جبنة بارميزان**
- **½كيلو خرشوف**

- ½معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)
- ¼كيلو لحمة مفرومة
- مقادير صوص البشاميل
- 4معلقة كبيرة دقيق
- 4معلقة كبيرة زبدة (مكعبات)
- 2معلقة كبيرة زعتر (فريش)
- 2عدد ورق لورا
- 1معلقة صغيرة ملح
- 1لتر لبن كامل الدسم
- 1عدد حباية جزر (مقطعة لقطع كبيرة)
- 1عدد بصلة (مقطعة لقطع كبيرة)
- ½معلقة صغيرة حباية جوزة الطيب (مبشورة)

الخطوات

- أولا هنحضر البشاميل.
- فى حلة على النار هنضيف اللبن والجزر والبصل واللورا والزعتـــر ونسيبه يغلى وبعدين نصفيه من المكونات ونسيبه يبرد.

- فى حلة على النار هنسيح الزبدة ونضيف الدقيق ونقلب كويس لحــد ما الخليط يتجانس.
- هنضيف اللبن تدريجيا على الزبدة والدقيق ونقلب كويس وبســرعة لحد ما قوام الصوص يتماسك ويبدأ يغلى وبكده يبقى الباشاميل جاهز
- فى طاسة على النار نضع الزبد والبصل ونقلب حتى يصفر لونة.
- نضيف اللحم المفروم ونقلب ويترك على نار هادئة حتى ينضج اللحم ثم يتبل بالملح والفلفل والبهارات.
- يقطع الخرشوف ويشوح فى طاسة مع معلقة من الزبد ومعلقتين من عصير الليمون.
- نحضر صينية بايركس ونضع قليل من البشاميل ثم نضع الخرشــوف واللحم المفروم ثم يوزع البشاميل ثم ننثر الجبن فوق الوجه.
- نضع الصينية فى فرن عند درجة حرارة ١٨٠ حتى يحمر الوجــه.. تقدم ساخنة مع أرز أبيض.. بالهنا والشفا

شرائح فيليه اللحم المحشية



المقادير

- **8عدد زيتون اسود (مخلى ومقطع)**
- **6عدد خرشوف**
- **2معلقة كبيرة زبدة**
- **1رشة ملح**
- **1كوب عصير طماطم**
- **1معلقة كبيرة زيت عباد شمس**
- **1كيلو لحم فلتو (مقطع فيلية)**

- 1رشة فلفل اسود مطحون
- 1رشة جوزة الطيب
- 1عدد جزر (مسلوقة ومهروسة)
- 1كوب جبنة موزريلا
- 1عدد بطاطس (مسلوقة ومهروسة)
- ¼كوب عصير ليمون

الخطوات

- تطرق شرائح اللحم بين ورق نايلون جيدا حتى تصبح رقيقة.
- ثم تتبل بالملح والفلفل وعصير الليمون وتغطى وتترك جانبا لمدة ساعتين.
- ثم فى مصفاة قابلة لتحمل الحرارة نضع بها حبات الخرشوف ثم نضع المصفاة فى حلة بها كمية وفيرة من الماء على النار مع معلقة من عصير الليمون ومعلقة من الملح ونتركة حتى ينضج ويسلق.
- ثم ينشل الخرشوف من الماء ويفرم جيدا.
- ثم نضيف للخرشوف المفروم البطاطس المبشورة والجزر المبشور والزيتون والجبن ونتبل بالملح والفلفل ونقلب.

- نحضر شرائح اللحم وتفرد على مكان مسطح ونضع على كل شرائح جزء من الحشوة ثم تلف شرائح اللحم على هيئة رول وترص في صينية مدهونة بالزبد.
- ثم يوزع فوق رول الفيلية المحشو عصير الطماطم وعصير البصل.
- نضع الصينية بالفرن عند درجة حرارة ١٨٠ لحين النضج تقدم ساخنة بالهنا والشفا.

كبيبة باللبنة



المقادير

- **700جرام لحمة مفرومة (للحشو)**
- **4كوب ماء**
- **2كوب لبنّه (للحشو)**
- **1رشة فلفل اسود مطحون (للحشو)**
- **1معلقة صغيرة ملح (أو حشب الرغبة)**
- **1رشة ملح (للحشو)**
- **1معلقة صغيرة فلفل اسود مطحون (أو حسب الرغبة)**

- 1معلقة صغيرة بهارات لحمة
- 1كيلو برغل
- 1عدد بصلة مفرومة (للحشو)
- 1كيلو لحمة مفرومة
- 1معلقة كبيرة زيت ذرة (للحشو)

الخطوات

- الأول هنحضر الحشو، فى طاسة على النار هنسخن زيت ونقلب فيه البصل لحد ما يدبل، وبعدين هنضيف اللحمة المفرومة ونقلبها كويس مع الملح والفلفل وتترك على نار هادية تتعصج وبعدين توضع فى بولة كبيرة ونسيبها تبرد.
- هنضيف اللبنة على اللحمة ونقلب كويس بمعلقة خشبية لحد ما الخليط يتجانس.
- بعد كده هنبدأ فى تحضير الكبيبة، فى حلة هننقع البرغل فى الماء لمدة ١٠ دقائق وبعدين نصفيه.
- هنضيف على البرغل كيلو اللحمة المفرومة ونرش الملح والفلفل والبهارات.

- هنقلب المكونات كويس ونعجنهم باليد لحد مـــا يتماســكوا وبعــدين هنقسم العجين لكرات متوسطة الحجم.
- بصباعنا هنعمل فجوة فى كل كرة من كرات العجين ونحشيها بمعلقة من الحشوة ونقفلها كويس.
- فى طاسة غويطة على النار هنسخن زيت غزير وهنقلى فيه الكبيبــة لحد ما تتحول للون الذهبى.. بالهنا والشفا.

شرائح اللحم بالموزاريلا

المقادير

- **4شريحة لحمة بتلو**
- **3معلقة كبيرة زيت زيتون**
- **2معلقة كبيرة زبدة**
- **1عدد بصلة**
- **1عدد جزر**
- **1رشة ملح**
- **1كوب جبنة موزريلا**
- **1رشة زعتر مجفف**
- **1رشة فلفل اسود مطحون**
- **½كوب مرق اللحم**

الخطوات

- **تتبل قطع اللحم بالملح والفلفل والزعتر.**
- **فى طاسة على النار نضع الزيت ونقطع اللحم ثم تقلى على الجانبين.**

- ثم نضيف البصل والجزر ونقلب.
- ثم نضيف المرق ونهدى النار ونتركها لمدة نصف ساعة حتى تنضج اللحم.
- ثم ترص شرائح اللحم فى طبق الفرن ثم يرش الجبن فوق شـــرائح اللحم ونضعة فى الفرن حتى تسيح الجبن وتقدم بالهنا والشفا.

فهرس

مقدمة ٥
اتيكيت المائدة ٧
إعداد المائدة........ ٨
الموازين والمكاييل المنزلية ١١
كرات السويس بالجبن ١٣
مكرونة بأربع أنواع جبن ١٥
طماطم الشيرى على طريقة الكابريز ١٨
كفتة الدجاج بالجبن ٢١
أرز بيلاو الكلاسيكى........ ٢٤
فيرتاتا الفيتا والنعناع بالبازلاء........ ٢٨
عجة الجبن بالبروكلى ٣٦
عجينة البيتزا السهلة........ ٣٩
بيتزا ستافت على طريقة بيتزا هت ٤٣
ناجتس دجاج للأطفال........ ٤٥
بافلو فينجر أصابع الدجاج........ ٤٧
ستيك اللحم المشوى مع سلطة الجرجير ٥١
مكرونة بشاورما الدجاج........ ٥٧
مكرونة الفريدو بالفرن ٦٠
الدجاج المتبل مع الفول السودنى ٦٤
طاجن السبيط........ ٧٤
طاجن السجق ٧٩
خرشوف بالبشاميل ٩٣
كبيبة باللبنة ٩٩